

## Description des cours hiver 2022

Session de 15 cours, débutant dimanche le 23 janvier 2022  
Spectacle 23-24 mai 2022

Cours	Âge (en sept.)	Niveau Scolaire	Style	Durée	X/sem.	Pré requis	Horaire
Danse créative	3-4 ans	Pré-scolaire	Danse créative	45 minutes	1x	Aucun	Dimanche 9h15 à 10h (135\$) OU mardi 15h45 à 16h45 (180\$)
Mini ballet	5-6 ans	Maternelle	Danse créative/ballet	1 heure	1x	Aucun	Dimanche 10h15 à 11h15 OU mardi 15h45 à 16h45 (180\$)
Préparatoire	6 à 8 ans	1 <sup>ère</sup> et 2 <sup>e</sup>	Ballet	1 heure	1x	Aucun	Dimanche 11h30 à 12h30 OU jeudi 15h45 à 16h45 (180\$)
Grade 1-2	7 à 9 ans	2 <sup>e</sup> à 4 <sup>e</sup>	Ballet	1h15	2x	Avoir complété Ballet Préparatoire pour les élèves de 2 <sup>e</sup> année prim.	Dimanche 13h15 à 14h30 ET mardi 17h à 18h15 (450\$)
Grade 3-4	Selon expérience		Ballet	1h30	2x	Avoir complété le gr. 2 ou son équivalent	Dimanche 15h45 à 17h15 ET jeudi 17h15 à 18h45 (540\$)
Grade 5-6	Selon expérience		Ballet	1h30	2x	Avoir complété le gr 4 ou son équivalent	Mardi 19h à 20h30, samedi 10h15 à 11h45 (540\$)
Ballet adulte	Pour tous		Ballet	1h30	1x	Aucun	Jeudi 19h30 à 21h (270\$)
Préparation aux pointes et sauts garçons	Selon expérience		Ballet	1h	1x	Avoir complété le gr 2 ou son équivalent, être inscrit en gr 3-4	Mercredi 17h15 à 18h15 (180\$)
Pointes	Selon expérience et sur évaluation du professeur		Ballet	1h30	1x	Avoir complété préparation aux pointes, être inscrit en gr 5-6, avoir été évalué par la professeur	Mercredi 18h30 à 20h00 (270\$)
Conditionnement 1	7 ans et plus	2 <sup>e</sup> et plus	Renforcement et assouplissement	1h	1x	Aucun	Dimanche 14h30 à 15h30 (180\$)



# École de danse

COLLÈGE MARIE-DE-L'INCARNATION  
- POUR GARÇONS ET FILLES -

Conditionnement 2	11 ans et plus et Adulte	6e et plus	Renforcement et assouplissement	1h	1x	Aucun	Samedi 9h à 10h (180\$)
Cours	Âge (en sept.)	Niveau Scolaire	Style	Durée	X/sem.	Pré requis	Horaire
Jeune compagnie répertoire	7 ans et plus	2e et plus	Atelier chorégraphique en ballet	30 minutes	1x	Être inscrit en ballet gr 1-2 OU 3-4 OU 5-6	Grade 1-2 : Mardi 18h15 à 18h45 (90\$), Grade 3-4: Jeudi 18h45 à 19h15 (90\$), Grade 5-6: Samedi 11h45 à 12h15 (90\$)
Jeune compagnie variation	Selon expérience		Atelier de variation solo en ballet classique	30 minutes	1x	Être inscrit en gr 5-6	Samedi 12h15 à 12h45 (90\$)
Initiation au contemporain	6-7 ans		Contemporain	1h	1x	Aucun	Mercredi 16h15 à 17h15 (180\$)
Contemporain	8-9 ans		Contemporain	1h	1x	Aucun	Mercredi 17h30 à 18h30 (180\$)
Contemporain	10-12 ans		Contemporain	1h15	1x	Aucun	Mercredi 18h45 à 20h (225\$)
Contemporain	13-16 ans		Contemporain	1h30	1x	Aucun	Jeudi 17h15 à 18h45 (270\$)
Contemporain	Adulte		Contemporain	1h30	1x	Aucun	Jeudi 19h à 20h30 (270\$)

### **Initiation au contemporain**

Pour les jeunes ayant envie d'apprendre les bases de la danse contemporaine, mais qui n'ont pas encore l'âge requis. Ils exploreront l'univers du contemporain par un mélange des styles (classique, jazz et contemporain) tout en apprenant à développer leurs habiletés techniques et expressives. Ce cours se veut un pilier des bases de la danse contemporaine.

### **Contemporain**

Cours alliant la technique, l'improvisation, l'expression de soi ainsi que le développement des habiletés propres à la danse contemporaine. Les élèves sont amenés à travailler à leur développement physique et artistique par des exercices, des enchaînements ainsi que des chorégraphies mettant en évidence les éléments acquis lors du cours. Déséquilibre, travail de respiration, travail technique de sol et dynamiques du mouvement sont des éléments clés du travail de danse contemporaine.

### **Contemporain adulte**

Travail de la technique contemporaine par une approche en douceur, expressivité et écoute du corps. Les personnes inscrites seront invitées à développer leurs capacités de texture du mouvement, d'écoute du corps, d'improvisation et de travail de la respiration. Par des exercices techniques, d'improvisation et de travail chorégraphique, apprendre à s'approprier son corps par le mouvement.

### **Programme de ballet classique de l'École de danse-CMI Selon la méthode Cecchetti**

La méthode est construite de façon à développer la musculature en force et en souplesse tout en respectant le corps de l'élève. Les exigences sont établies en fonction de l'âge, de la capacité physique et du niveau technique de l'élève.

À chacun des niveaux seront développés et approfondis : le vocabulaire, la compréhension de la technique classique, le tonus musculaire, la souplesse, la musicalité, la coordination, la créativité et l'interprétation. L'étiquette et les usages de la classe de danse y sont instaurées de façon positive et graduelle.

Tous les cours de ballet sont accompagnés au piano, par madame Sylvie Gosselin. Le costume de l'école de danse est obligatoire pour les cours de ballet. Une vente, par la boutique du danseur de Drummondville, sera prévue à l'école, avant le début de la session.

### **Danse créative 3-4 ans :**

En danse créative, l'accent est mis sur la participation et le plaisir de bouger. Les apprentissages se font par l'entremise de jeux créatifs et musicaux, de petites danses et de mises en situation. On y apprend notamment des pas et des sauts de déplacement, des mouvements de bases et, en fin d'année, une chorégraphie de groupe.

### **Mini Ballet 5-6 (maternelle) :**

Mini ballet est la suite du cours de Danse créative et les jeux créatifs et musicaux y ont encore une grande place. Des mouvements de base du ballet classique y sont graduellement introduits tels que l'alignement postural, l'utilisation d'un en dehors naturel (jamais forcé), de simples ports de bras et bien sûr, les sauts et les pas de déplacement qui font la joie de tous et toutes.

### **Ballet Préparatoire 6-7 ans (1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> année primaire) :**

Ballet Préparatoire est la suite du cours Mini Ballet. Les apprentissages se font par l'entremise d'exercices techniques, d'enchaînements et de danses. On y développe en douceur le vocabulaire et la technique classique. À chaque leçon, une période est consacrée aux activités créatives et musicales.

### **Grade 1-2, 7 à 9 ans (2<sup>ème</sup> à 4<sup>ème</sup> année primaire, selon l'expérience) :**

En Grade 1-2, le contenu du cours est davantage axé sur la technique classique et ses éléments artistiques spécifiques. L'élève sera initié aux exercices à la barre, aux adages, aux pirouettes et le travail des sauts sera plus diversifié. Chaque leçon inclus une période d'improvisation ou d'activités développant la créativité et/ou la musicalité. La classe de Conditionnement du danseur est un excellent complément au ballet Grade 1-2.

### **Grade 3-4, Préalable : avoir complété le grade 2 ou son équivalent :**

En Grade 3-4, la structure traditionnelle de la classe de ballet est privilégiée. Les apprentissages visent le développement des adages, des pirouettes et des sauts ainsi que la préparation du corps au travail des pointes et des éléments techniques du travail des garçons. Les activités créatives et d'interprétation sont toujours présentes mais de façon périodique. Les cours Conditionnement du danseur ainsi que Préparation aux pointes et sauts garçons sont d'excellents compléments au ballet Grade 3-4.

### **Grade 5-6, Préalable : avoir complété le Grade 4 ou son équivalent :**

En grade 5-6, les éléments techniques et artistiques se complexifient. Le travail à la barre et les enchaînements d'adage, de pirouettes et d'allegro comporteront plusieurs éléments visant ainsi à développer non seulement la technique mais également une excellente condition physique. Ces niveaux demandent des efforts soutenus et préparent l'élève aux niveaux majeurs de la méthode Cecchetti. Les classes Conditionnement du danseur et Pointes sont d'excellents compléments au ballet Grade 5-6

### **Conditionnement du danseur 1 (grade 1-4) et 2 (grade 5-6 et adulte) :**

La classe de conditionnement comporte des exercices de renforcement (pieds, muscles rotateurs, abdominaux, etc), d'alignement et d'assouplissement. Le contenu est établi selon les besoins spécifiques des élèves et en lien avec la classe de ballet.

**Préparation aux pointes et sauts garçons, Grade 3-4 :**

Exercices ciblés pour préparer les élèves au travail des pointes et aux grands sauts. Une partie de l'entraînement comprendra des exercices différents pour les filles et les garçons. Cette classe est essentielle avant d'aborder le travail des pointes. Le cours Conditionnement du danseur est fortement recommandé en complément pour les filles comme pour les garçons.

**Pointes, Grade 5-6 :**

Sur évaluation de la professeure. Travail des pointes à la barre et au centre, selon le niveau technique acquis. Il est possible de suivre ce cours en chaussons mous si l'élève n'est pas physiquement prêt au travail des pointes. La classe Conditionnement du danseur est fortement recommandée en complément.

### **Projet Jeune compagnie Grade 1 à 6 :**

Le projet Jeune compagnie s'adresse aux élèves passionnés de ballet. À la façon d'une compagnie de ballet, les élèves feront l'apprentissage de chorégraphies originales ou issues du répertoire classique et auront des répétitions tout de suite après la classe technique. Les chorégraphies des différents groupes auront un thème commun dans l'objectif de créer un ou des enchaînements et de présenter ainsi un extrait d'un ballet. Ils auront l'opportunité de présenter leur travail au festival Danse Encore 2022 et éventuellement à d'autres occasions.

Le projet implique :

- Une mini session fin mai pour prolonger les cours et les répétitions jusqu'au festival début juin.
- Des répétitions générales avant les prestations devant public
- Les répétitions de la Jeune compagnie se divisent en quatre ateliers de 30 minutes :

### **Chorégraphie, Grade 1-2 :**

Atelier chorégraphique inspiré d'un ballet

### **Répertoire, Grade 3-4 et grade 5-6 :**

Le terme répertoire désigne un ensemble d'œuvres considérées comme références et méritant d'être préservées. Plusieurs ballets ont traversé le temps et sont toujours dansés aujourd'hui. Pensons à Casse-Noisette, au Lac des cygnes, à Gisèle. Les classes de répertoires sont l'occasion de découvrir ses ballets. L'histoire, la musique, les costumes, le style d'une époque et bien sûr les enchaînements de pas extraordinaires sont un réel enrichissement pour les jeunes danseurs.

### **Variation, Grade 5-6 :**

Les variations sont une partie intégrante du répertoire. Ce sont les parties dansées en solo. Il est fortement recommandé de faire les répétitions de Répertoire en complément.